Ликбез Советы 12 октября 2019

Когда ребёнок начинает ходить и как ему помочь

В полтора — ещё не поздно. Имейте терпение.

Екатерина Комиссарова
Медицинский журналист Лайфхакера

1 20

Когда ребёнок должен пойти

Кое в чём педиатры сходятся. Среднестатистический ребёнок делает свой первый шаг в 12 месяцев. Ключевое слово здесь — среднестатистический. А ваш уникальный имеет полное право (одобренное педиатрами и физиологами) пойти в другом возрасте.

Рамки нормы в данном случае варьируются весьма широко — от 8 месяцев до полутора лет.

Многие родители гордятся тем, что их дети начинают ходить раньше большинства. Им кажется, будто это говорит о развитости ребёнка. Но это лишь надуманный предлог потешить своё родительское самолюбие.

Срок, в который ребёнок пойдёт, связан с его развитостью, физическими или интеллектуальными способностями ровно так же, как форма носа или цвет волос. Прямым текстом — никак. Кто-то рыжий, у кого-то серые глаза, а кто-то самостоятельно пошёл в 8 месяцев.

Однако всё-таки есть определённые ситуации, когда задержка с началом ходьбы должна насторожить.

Когда надо начинать беспокоиться

Во-первых, здоровый ребёнок так или иначе должен сделать первый самостоятельный шаг до 20 месяцев. К этому возрасту дети достаточно окрепли, чтобы это далось им без особых усилий. Если же ребёнок отказывается ходить или делает это только с поддержкой, необходимо обратиться к педиатру. Возможно, понадобятся дополнительные обследования у других профильных специалистов — ортопеда или невропатолога.

Во-вторых, важна общая картина. Одно дело, если ребёнок не ходит, но его моторные функции очевидно развиваются: он уверенно переворачивается, садится, тянется к игрушкам, ползает, пытается подняться у стенки кроватки или залезть на диван, увлечённо подпрыгивает, когда вы держите его за руки. И совсем другое, если его двигательная активность кажется вам недостаточной. Это тоже серьёзный повод дополнительно проконсультироваться с врачом.

Если ни одна из этих ситуаций не относится к вам и вашим детям, расслабьтесь. Ребёнок обязательно начнёт ходить, как только будет к этому готов.

От чего зависит, когда ребёнок пойдёт

По большому счёту, это лотерея. Ни один педиатр не возьмётся предсказать точные сроки, даже с рождения наблюдая конкретного младенца и зная всё о семейном анамнезе. Однако есть некоторые закономерности, позволяющие сделать предположения.

Вот основные факторы, которые могут повлиять (но не обязательно) на то, в каком возрасте ребёнок сделает первые самостоятельные шаги.

Генетика

Если папа или мама в своё время начали ходить в раннем возрасте, вероятно, дети унаследуют эту особенность. Верно и обратное. Если, например, папа предпочитал передвигаться ползком до полутора лет, его сын может выбрать ту же тактику.

Вес и телосложение

Более пухлым и тяжёлым детям сложнее стать на ноги и удержать равновесие, чем их более худощавым и мускулистым приятелям.

Некоторые особенности личности

Подняться на ноги и сделать первый шаг без опоры достаточно рискованное мероприятие. Некоторые дети действуют по принципу «в омут с головой»: просто убирают руки от стены или дивана и шагают в неизвестность. Конечно же, падают, иногда больно, но снова пробуют. Возможно, эта склонность к рискованному поведению — часть их характера, которая останется с ними навсегда.

Другие младенцы, напротив, ведут себя более взвешенно — шагают, лишь будучи уверенными, что смогут справиться с этой задачей. Осторожность и умение рассчитывать собственные силы тоже могут быть врождёнными особенностями их личности.

Длительность беременности

Дети, которые появились на свет раньше срока, как правило, начинают ходить несколько позже сверстников.

Как помочь ребёнку сделать первый шаг и начать ходить уверенно

Невозможно заставить детей пойти к определённому сроку. Ходьба при всей её кажущейся простоте очень сложный и энергозатратный процесс: чего стоит только удерживать равновесие на одной ноге в тот момент, когда другая делает шаг. Организм ребёнка должен созреть для этого этапа. Но вы можете помочь. Правда, приступать придётся задолго до первого шага.

Что делать в 2 месяца

Примерно в этом возрасте младенцы впервые пробуют перевернуться. Поощряйте это движение. Чаще выкладывайте ребёнка в мягкое безопасное пространство, заполненное яркими игрушками, — чтобы хотелось на них взглянуть и, возможно, достать.

Следите за тем, чтобы дети больше времени проводили на животе. Попытки поднять голову и рассмотреть окружающий мир укрепляют мышцы спины и шеи, которые играют важную роль в поддержке равновесия во время ходьбы.

Что делать в 4–6 месяцев

Тот период, когда ребёнок учится садиться и, возможно, ползать. Предоставьте место для исследования мира: пусть дети больше времени проводят не в кроватке или манеже, а на полу — расстелите несколько одеял и выложите игрушки. Попытка достать предметы — отличная тренировка для маленьких мускулов.

Что делать в 6–8 месяцев

Ребёнок уже уверенно сидит, а то и ползает. Давайте ему задачки на динамику: например, катайте по полу яркий мячик, чтобы хотелось его поймать. Такая охота за мячиком тренирует вестибулярный аппарат и координацию.

Ещё одно упражнение, имеющее ту же цель, выглядит так: высаживайте ребёнка спиной к себе и осторожно покачивайте.

Что делать в возрасте около 8 месяцев

По мере того, как дети становятся всё сильнее и любопытнее, они стремятся оторваться от привычного пола. Например, достать игрушку, притаившуюся на диване. Или попробовать залезть на маму (папу), придерживаясь руками за брюки или халат.

Поощряйте эти движения. Специально выкладывайте любимых медвежат на видное место. Или, когда ребёнок сидит, призывно тяните к нему руки с высоты собственного роста, не наклоняясь, чтобы побудить его потянуться к вам.

Если видите, что ребёнок готов подняться, помогите ему это сделать. А затем покажите, как сгибать колени, чтобы снова вернуться на безопасный пол.

В этот период хорошо бы купить стационарный игровой центр, с которым можно играть, только поднявшись на ноги. Это стимулирует детей больше времени проводить стоя.

Что делать в 9–10 месяцев

Учите ребёнка стоять без опоры. Хотя бы пару секунд. Для этого в то время, когда он за что-то держится, предложите взять любимую или новую игрушку. Это заставит его оторвать руки от опоры.

Несколько более продвинутое упражнение: помогите ребёнку встать на ноги, а затем дайте в качестве опоры пластмассовую палочку. Осторожно перемещайте предмет — малыш начнёт шагать за ним. Роль палочки может выполнять и коляска: на прогулке ставьте рядом, позвольте ухватиться за каркас и медленно двигайтесь вперёд.

Также хорошим тренажёром станут тяжёлые устойчивые игрушки на колёсах (игрушечные газонокосилки, тележки): толкая их перед собой, дети учатся совершать шаг за шагом.

Что делать в 10 месяцев и старше

В этом возрасте многие дети уже умеют ходить. Но нередко их пугает большое открытое пространство вокруг. Убедитесь, что у ребёнка есть возможность передвигаться «по стеночке» — то есть максимум за шаг-два переходить от одной опоры к другой. Это создаст ощущение безопасности.

Чтобы заставить детей выйти на открытое пространство, можно использовать обычный гимнастический обруч. Накиньте его на ребёнка, дав возможность опереться руками, и ведите обруч к центру комнаты. Малыш будет следовать за опорой.

А вот от популярных ходунков эксперты советуют отказаться.

Во-первых, эти предметы уменьшают желание ребёнка учиться ходить: ну действительно, зачем, ведь он уже умеет перемещаться в пространстве в этой удобной штуковине? Во-вторых, ходунки попросту небезопасны. Благодаря им дети в считаные секунды могут оказаться там, где их быть не должно. К примеру, перед ведущей вниз лестницей или у стола, на краю которого стоит чашка с горячим кофе. Взрослые попросту не успеют за этим уследить.

Осознав, что ваш ребёнок уже пытается ходить, обязательно встаньте на четвереньки и осмотритесь с высоты его глаз. Острые углы, розетки, края скатертей, за которые так хочется ухватиться и потащить вниз, утюг на гладильной доске и тому подобное — все эти опасности должны быть нейтрализованы.

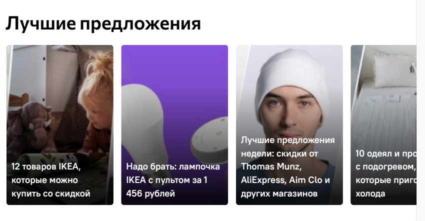
Читайте также

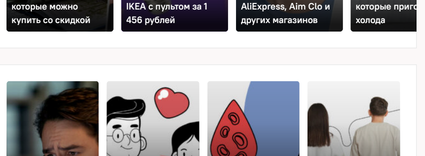
- Как научить ребёнка говорить
- Как приучить ребёнка к горшку
- Как без истерик уложить ребёнка спать: 7 советов родителям
- Как быстро успокоить ребёнка
- Как воспитать одарённого ребёнка

Обложка: MNStudio / Shutterstock

1 20

Лучшие предложения





Комментарии

Напишите комментарий

Отправить

Алексей Ковалик 14.10.19 18:59
Очень актуально :) спасибо
\+ - Ответить

Svetlana Bogdanova 12.04.20 09:01
Мы пошли в год. Помочь? Не мешать - уже помощь.
+1 - Ответить

Alina Kotenko 22.05.20 10:49
Эх, вот думаю, переживать или нет? Сын в 16 мес не хочет ходить сам. Даже не пытается ещё сделать самостоятельно шаг. Хотя с опорой передвигается сам ещё с 8 мес, начал учиться вставать с пола без опоры в 14 мес, с 13 мес ходит иногда за ручки.
\+ - Ответить

Анастасия Довбыш 30.05.20 20:46
Переживать. Невролог и ортопед в помощь. Мой ребенок ходил держась за мой пальчик до 1 года и 7 мес. И я думала, что все детки разные и ходить начинают по-разному. В итоге это оказалось симптомом неврологического заболевания. Лишний раз не помешает спросить у специалиста.
\+ - Ответить

Мерхат Тусупжанов 23.07.20 04:38
Здравствуйте, нам сейчас 1.4 мес, мы и получаем и ходим за ручку и лезием везде, только сама ходить не хочет, не понятно боится?смотрел и невропатолог и ортопед, ничего ясного сказать не могут, назначили массаж и витамины. Хотела уточнить, какая у Вас патология? Буду очень благодарна
\+ - Ответить

Svetlana Nebel 17.07.21 10:52 | изменено
Я сама в детстве боялась отпустить опору, мне папа дал газету и я шла, держась за один край свернуть газеты, а папа держал другой край. Потом папа свой край отпустил и я пошла дальше с газетой. Так и перестала бояться. Судя по времени Ваша девочка уже наверняка ходит. Только сейчас заметила – год прошёл. Может этот совет поможет кому-то ещё.
\+ - Ответить

Линда 01.10.21 06:40
Здравствуйте, как у вас дела? У нас тоже ребенок не хочет ходить, делает всё как ваш.
\+ - Ответить

Марина Грищенко 02.07.22 10:38
Во сколько пошёл Ваш сын? Как сейчас обстоят дела
\+ - Ответить

Марина Иванова 21.01.22 18:30
Большинство детей умеют ходить в 10 месяцев? Это на какой планете? В год и старше большинство детей умеют ходить без опоры. Лишь бы написать.
+1 -1 Ответить

Анна Рогаль 16.02.22 10:08
У меня старший сын пошел сам в 9,5 месяцев! Вторая дочка без опоры пошла в год и месяц. А вот третья - в 11,5 месяцев даже стоять не может без поддержки. Все дети разные.
\+ - Ответить

Марина Иванова 16.02.22 18:13 | изменено
Ну так ваш ответ как раз и опровергает утверждение автора о том, что многие дети умеют ходить без опоры в 10 месяцев.
\+ - Ответить

Marina Petrova 06.02.22 21:57
Малышу сегодня 1 год 5 месяцев. Просто обезьяна, лазит по диванам, креслам, летает на четвереньках. А ходить не хочет. Высокий рост ещё, видно, боится. Не переживаю вообще.
\+ - Ответить

Марина Грищенко 02.07.22 10:39
Когда малыш начал ходить? Нам 1,4 и всё никак. ..
\+ - Ответить

Marina Petrova 02.07.22 16:57
В год и шесть. И это очень хорошо. Спинку укрепил, ручки. Очень осторожно ходить начал. Сейчас 1,10 просто летает.
+1 - Ответить

Асия Баршина 09.02.22 14:37
Моей малышке 8 месяцев и она уже самостоятельно стоит и пробует ходить. Думаю к 9 месяцам уже пойдет.
\+ - Ответить

Анастасия 02.07.22 20:11
Вы серьезно? «Предлог, чтобы потешить своё родительское самолюбие?»Прежде, чем писать подобные статьи, лучше изучить побольше научной литературы и не пытаться скрыть свои комплексы в подобном контексте.Да, ребенок никому ничего не должен. Но всем известно, что умственное развитие происходит одновременно с физическим и сенсорным. Отсюда и считается, что ребёнок раньше начавший ходить, вполне вероятно будет опережать и по умственному развитию сверстников.Мозг не отдельно от тела развивается, да будет вам известно! И все цепочки , которые ребенок связывает в голове во время своих действий способствуют развитию интеллекта.
\+ - Ответить

Dmitrii Gromov 15.07.22 14:54
Продолжайте Анастасия. Очень интересно!
\+ - Ответить

Елена Шишкина 16.09.22 11:34
Физическое развитие и интеллектуальное это две разные вещи, не путайте!
\+ - Ответить

Зар Зар 14.11.22 10:52
я пошла в полтора года, однако в школе и универе значительно опережала своих сверстников.
\+ - Ответить

Анна Апалькова 06.07.23 06:00
А не читали ли вы в научной литературе, что те дети которые дольше ползают, намного больше развиты, чем дети которые сразу пошли. У таких детей благодаря ползания развивается одновременно 2 полушария мозга. По моему авторы просто задели ваше родительское самолюбие
\+ - Ответить

Подборка для вас

11 способов быстро и вкусно засолить скумбрию в домашних условиях

Знаете ли вы, зачем мужчинам соски?

6 способов приготовить восхитительный штрудель с яблоками

10 секс-игрушек для мужчин, которые подарят яркие ощущения

Как и чем смазать кулер ноутбука или стационарного компьютера

Для чего нужен бета-аланин? Как его принимать и на что обращать внимание?

Рекомендации от партнёров

18+ Копирование материалов запрещено. Издание может получать комиссию от покупки товаров, представленных в публикациях.